

**Здоровьесберегающие технологии преподавания спортивной
медицины и лечебной физкультуры в свете требований
государственных образовательных стандартов**

Прокопьев Н.Я.

Тюменский государственный университет, Тюмень

Вопросы профессионального образования всегда были предметом всестороннего изучения и осмысления специалистами различного профиля. Подготовка специалистов высшей педагогической школы осуществляется по основным профессиональным образовательным программам, определяющим содержание образования по специальностям определенного уровня высшего образования.

Исходя из образовательной программы, устанавливается обязательный минимум содержания образования, предусмотренный государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования. Вместе с тем каждый вуз, исходя из задач регионального компонента государственного образовательного стандарта, может вносить свои коррективы в подготовку специалистов, именно исходя из потребностей региона.

Сказанное в значительной степени относится и к нашей области, имеющей в своем составе два субъекта федерации, где профессиональная деятельность специалиста по физической культуре и спорту будет существенно отличаться от, например, работы специалиста в средней полосе России. На территории Тюменской области, особенно на ее Севере, проживает значительное число детей различных этнических групп (ханты, манси, коми, зыряне, селькупы, русские, украинцы, татары и т.д.), имеющих специфические черты уклада жизни, характера питания, состояния соматического здоровья и т.д., в связи с чем занятия спортивной медициной (СМ) и лечебной физкультурой (ЛФК) ориентированы и на эти категории людей.

Подготовка специалиста в области физической культуры и спорта требует всестороннего знания различных физиологических изменений, возникающих в организме человека при той или иной дозированной физической нагрузке. Проведенное нами анкетирование студентов факультета физической культуры, в частности, показало, что у 32,6% дважды в год проводилось определение функционального состояния. Что касается определения физической работоспособности, то она относительно регулярно определялась только у 4,6% человек занимающихся спортом.

Процесс обучения основам СМ и ЛФК мы строим на индивидуальном подходе к каждому студенту.

Для реализации программы преподавания СМ и ЛФК важное значение отводим лекционному курсу. Мы не рассматриваем лекционный курс как нечто застывшее, архаичное и не имеющее динамического развития. Нам представляется, что лекции являются своеобразной базой, чтобы на их основе студент «без страха и упрека» мог применить знания на практике. Однако, чтобы применить знания на практике, их следует вначале обобщить и систематизировать. В этом ключе нам представляется важным заложить у каждого студента осознание собственной ответственности за те действия, которые он как преподаватель физкультуры или тренер, будет предпринимать в практической деятельности. Мы глубоко убеждены в том, что пока студент не прочувствует собственную меру ответственности за то, что он делает, мы всегда будем свидетелями его пассивного восприятия изучаемого предмета.

Катастрофическое снижение уровня качества здоровья школьников вызывает особую тревогу. Физическое развитие и функциональное состояние детей и подростков за последние годы значительно ухудшилось. При преподавании спортивной медицины, особенно при изучении

функционального состояния и физической работоспособности, мы каждому студенту даем возможность многократно на практике применить функциональные пробы сердечно-сосудистой, дыхательной и вегетативной нервной систем. Важно не просто чисто механически выполнить пробу, а дать осмысленное объяснение полученным результатам и выбрать оптимальную по интенсивности и продолжительности методику тренировки.

В последние годы мы придаём лекционному курсу значение «возмутителя спокойствия», так стремимся строить план лекции таким образом, чтобы преподаватель и студент часть материала обсуждали в творческом диалоге. Вполне понятно, что для этого нужны первоначальные, базовые знания, которые студенты факультета получают при изучении других медико-биологических дисциплин.

Для облегчения самостоятельного познания и углубленного изучения СМ и ЛФК студенты могут пользоваться подготовленными мною монографиями и методическими пособиями: «Физическое развитие детей и подростков», Москва, 1999, «Морфофункциональное развитие детей и подростков», Москва, 2000; «Врачебный контроль и фармакотерапия в физкультуре и спорте, механизмы регуляции функциональных систем», Москва, 2000, «Формирование пропорций тела у детей разных соматических типов», Тюмень, 2001, «Физиологические особенности роста и развития детей и подростков», Сургут, 2002, «Лекарственные средства в спортивной медицине», Тюмень, 1996, «Лечебная физическая культура», Тюмень, 1999, «Физическая работоспособность», Тюмень, 2001; «Спортивная медицина: глоссарий», Сургут, 2002.

В чем нам видится перспектива такой формы работы:

- В строго индивидуальной работе каждого студента над определенной темой или разделом темы;

- В умении выстроить логичную цепь результатов собственного исследования физического развития, функционального состояния и физической работоспособности физкультурника или спортсмена и на базе их анализа сделать заключение;
- Возможность сравнивать результаты собственного исследования с результатами других студентов и со стандартами в целом;
- Уметь не только анализировать, но и прогнозировать.
- Уметь защитить результаты собственного исследования.

Сохранение здоровья школьников средствами их приобщения к культуре здоровья

Голиков Н.А.,
МОУ №70 г., Тюмень

Культура здоровья – неотъемлемая часть общей культуры человечества. Многие это понимают, но не многим удается операционализировать это понимание в действительности. Отсюда и столь негативные тенденции в ухудшении здоровья россиян, особенно такой незащищенной группы – учащихся, которые подвергаются массивному разрушению и средой обитания (школа, семья и т.д.), и экологической обстановкой.

Анализ массовой практики физического воспитания в образовательных учреждениях позволяет сделать вывод: физическое воспитание сводится лишь к развитию физических кондиций учащихся (ловкость, сила, гибкость и т.д.) и компенсации недостаточной двигательной активности. В некоторых образовательных учреждениях вводится дополнительный урок физической культуры, открываются спортивные секции (к сожалению, в них занимаются только физически одаренные, способные дети), проводятся массовые общешкольные